

El Consell de Formentera, a través de l'àrea d'Esports, informa que des d'aquest divendres fins diumenge tindrà lloc a l'illa la quarta edició del Formentera Zen.

Formentera Zen és un esdeveniment de tres dies dedicats a la salut en un entorn excepcional: La llum, el silenci i la calma característiques de Formentera. L'octubre és un dels millors moments de l'any per venir a l'illa, el ritme és diferent i convida a exercitar-se en diverses disciplines que promouen el benestar físic i emocional.

Les activitats principals programades són ioga, Pilates, snorkeling, Antigimnasia i Paleotraining, encara que la trobada també ofereix espais de divulgació i formació i tallers específics d'Ecodieta, mindfulness, aromaterapia, i gestió emocional. Així mateix, tots els dies, de 10.30 a 15.00 hores, se celebrarà una Fira Ecosaludable d'aliments ecològics i raw food, amb proveïdors i productes locals.